

Garderie Nid de Namur

Menu printemps/Spring menu 2016

LUNDI/MONDAY	MARDI/TUESDAY	MERCREDI/WEDNESDAY	JEUDI/THURSDAY	VENDREDI/FRIDAY
Carrot bread with milk	Oatmeal with brown sugar and milk	Blueberry pancakes with fresh fruits, syrup and milk	Toast with jam, fresh fruit and milk	Cereal with milk and fresh fruit
Fresh vegetable and chickpea soup with pita	Chicken curry with rice	Tuna bake pasta with fresh vegetables	Tofu cacciatore with rice	Grilled cheese and sweet potato with fresh vegetables
Apple and pear sauce with graham crackers	Fresh fruit with cheese and melba toast	Apple oatmeal cookies	Yogurt with fresh fruits	Carrot bread

Semaine 1/Week 1

LUNDI/MONDAY	MARDI/TUESDAY	MERCREDI/WEDNESDAY	JEUDI/THURSDAY	VENDREDI/FRIDAY
Pain au carotte avec lait	Gruau avec lait et fruits	Crêpes au bluet avec lait et fruits	Roti avec confiture de fraise, lait et fruits	Céréale avec lait et fruits
Soupe de pois chiches et de légumes frais avec pain pita	Poulet au curry avec du riz	Thon, faire cuire les pâtes avec des légumes frais	Cacciatore de tofu avec du riz	Fromage grillé avec patate douce avec une salade ou des légumes frais
Sauce de pommes et de poires et biscuits graham	Fruits frais au fromage et toast melba	Biscuits à l'avoine et pommes	Yogourt avec fruits frais	Pain au carotte

Garderie Nid de Namur

Menu printemps/Spring menu 2016

LUNDI/MONDAY	MARDI/TUESDAY	MERCREDI/WEDNESDAY	JEUDI/THURSDAY	VENDREDI/FRIDAY
Zucchini bread with milk	Cereal with milk and fresh fruit	Waffles, syrup and fresh fruit with milk	Oatmeal with brown sugar and milk	Yoghurt with fresh fruits
Vegetable lasagna with salad or raw vegetables	Chinese chicken stir fry with noodles	Mexican black bean chili with rice	Roasted carrot and apple soup with grilled cheese bites	Breaded white fish with vegetable couscous
Fresh fruit with cheese and melba toast	Fresh fruit smoothies with tea biscuits	Fresh fruit salad	Fresh raw vegetables with a French onion dip and pita	Sweet potato bread with milk

Semaine 2/Week 2

LUNDI/MONDAY	MARDI/TUESDAY	MERCREDI/WEDNESDAY	JEUDI/THURSDAY	VENDREDI/FRIDAY
Pain de courgettes avec du lait	Céréale avec lait et fruits	Gaufres, sirop et fruits frais avec du lait	Gruau avec lait et fruits	Fruits avec yoghourt
Lasagne de légumes avec salade ou crudités	Poulet chinois sautés avec nouilles	Mexicaine chili haricots noire et riz	Soupe de carotte et pomme rôti avec les piqûres de fromage grillé	Poisson blanc pané avec salade ou légumes
Fruits frais au fromage et toast melba	Smoothies de fruits frais avec des biscuits	Salade de fruits	Crudités avec trempette et pain pita	Pain au patate sucré

Garderie Nid de Namur

Menu printemps/Spring menu 2016

LUNDI/MONDAY	MARDI/TUESDAY	MERCREDI/WEDNESDAY	JEUDI/THURSDAY	VENDREDI/FRIDAY
Carrot bread and milk	Toast and jam with fresh fruits and milk	Pancakes with syrup, fresh fruit and milk	Apple and oatmeal cookies with milk	Cereal with milk and fresh fruit
Cream of celery and tofu soup with pita	Vegetable and fish stew with rice	Chicken quesadilla with raw vegetables	Beef lasagne with salad or raw vegetables	Pizza of the day with salad or raw vegetables
Fresh fruit with cheese and crackers	Apple and pear sauce with graham crackers	Fresh fruit salad	Fresh fruits and yoghurt	Banana bread

Semaine 3/Week 3

LUNDI/MONDAY	MARDI/TUESDAY	MERCREDI/WEDNESDAY	JEUDI/THURSDAY	VENDREDI/FRIDAY
Pain au carotte avec lait	Roti avec confiture de fraise, lait et fruits	Crêpes avec sirop, fruits frais et de lait	Biscuits à l'avoine et pommes	Céréale avec lait et fruits
Potage crème de céleri et tofu avec pain pita	Ragoût de légumes et poissons avec riz	Quésadilla au poulet avec crudités	Lasagne de boeuf avec salade ou crudités	Pizza du jour avec salade ou crudités
Fruits avec fromage et craquelins	Sauce de pommes et de poires avec biscuits graham	Salade de fruits frais	Fruits et yoghourt	Pain de banane

Garderie Nid de Namur

Menu printemps/Spring menu 2016

LUNDI/MONDAY	MARDI/TUESDAY	MERCREDI/WEDNESDAY	JEUDI/THURSDAY	VENDREDI/FRIDAY
Sweet potato bread with milk	Waffles with fresh fruit, syrup and milk	Toast with jam, fresh fruit and milk	Cereal and fresh fruit with milk	Fresh fruit with yoghurt
Split pea soup with pita	Cheese and zucchini fritters with salad or raw vegetables	Rosemary chicken with a couscous and grilled vegetable salad	Salmon with cream cheese pasta	Hamburgers with salad or raw vegetables
Fresh fruit with healthy crackers	Fresh fruit smoothies with tea biscuits	Blueberry muffins	Dill dip with raw vegetables and pita	Zucchini bread with milk

Semaine 4/Week 4

LUNDI/MONDAY	MARDI/TUESDAY	MERCREDI/WEDNESDAY	JEUDI/THURSDAY	VENDREDI/FRIDAY
Pain au patate sucre avec lait	Gaufres avec des fruits frais, sirop et le lait	Roti avec confiture de fraise, lait et fruits	Céréales et lait avec fruit	Fruits et yoghourt
Soupe aux pois cassés avec pain pita	Fritters de courgettes et de fromage avec salade ou crudités	Poulet de romarin avec couscous et salade ou des légumes grillés	Saumon avec fromage à la crème pâtes	Hamburgers avec salade ou crudités
Fruits frais avec des biscuits sains	Smoothie aux fruits et biscuits de the	Muffins aux bleuets	Crudités avec trempette et pain pita	Pain aux Zucchini avec lait